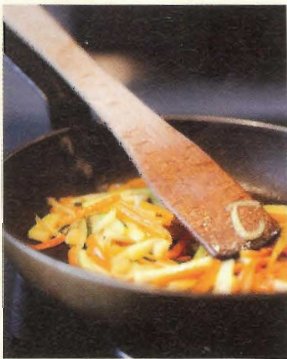


HOE MAAKT U HET?

PIETER VAN DOVEREN & FOTO'S DIANE HENDRIKX



Voor Rony Van Den Abbeele is koken chemie. Hij probeert allerlei recepturen uit en presenteert hier enkele wereldse hapjes.

Rony Van Den Abbeele is industrieel ingenieur biochemie van opleiding en haalde in het avondonderwijs zijn koksdiploma. In het dagelijkse leven werkt hij voor een producent van voedingsingrediënten, zoals suikervervangers. Dit werk sluit nauw aan bij zijn passie: koken. Hij beschouwt koken als chemie en probeert te vatten wat er met de producten gebeurt. Pas als je begrijpt hoe dat in elkaar zit, ken je de mogelijkheden. Het is dan ook niet verwonderlijk dat Rony fan is van Heston Blumenthal, de Engelse kok die alles ontleed. Thuis, in zijn eigen keuken, probeert hij sterk uiteenlopende recepturen uit, van stoofpotjes in de tajine en pittige Aziatische kip tot volledige vismenu's op de barbecue. Rony is weg van spareribs en zoekt al jaren naar het ideale recept. Een combinatie van lang marineren en garen op lage temperatuur is een interessante piste. Traag garen en tegelijk warm roken kan ook. Rony bewondert de Italiaanse keuken, waar men met weinig ingrediënten iets heerlijk maakt. Maar ook de oosterse keuken fascineert hem. In feite staat hij open voor alle eetculturen. Recepten met veel groenten krijgen zijn voorkeur. Hier presenteert Rony kleine, wereldse gerechtjes, die als hapjes geserveerd kunnen worden. Als wijn kiest hij een witte corbières, met minerale aanzet en elegant fruit, die hij koopt bij een ex-collega uit het avondonderwijs.



**LE BLANC DE
L'OEUF 2010**

**Mas des
Caprices
Corbières**

11 euro bij Mark Longin
Proef de Passie
www.proefdepassie.be



STROGELE LIMOENHUMMUS MET KONINGSKAPPERS EN FRISGRONE CRESSON

VOOR 4

200g voorgeweekte gele lupini-bonen, bv. uit Puglia (te koop in de detailhandel)
1 teentje look
kruiden naar smaak: peper, zout, pimentpoeder, komijn, garam masala
sap van 1 limoen
een scheutje olijfolie
3 kleine rechthoekige meergranenbroodjes (liefst met pompoenpitten)
1 handvol geroosterde pijnboompitten
1 potje koningskappers
1 bakje cresson

Kook de bonen in gezouten water gaar. Pel ze en maal fijn in de foodprocessor. Voeg olijfolie, look, kruiden en limoensap toe en mix tot een gladde, gele pasta. Voeg eventueel een beetje water toe (te veel olijfolie kan overheersen). Snij de broodjes schuin in sneetjes. Rooster ze in lepel er een flinke laag hummus over. Werk af met vers geroosterde pijnboompitten, in tweeën gesneden koningskappers en frisgroene cresson.



GEBAKKEN ROSBIEF MET ZOETZURE LENTEGROENTEN

VOOR 4

1 grote wortel, 1/2 aubergine
1 pastinaak, 1 el boter
2 el kristalsuiker
4 el zachte wittewijnazijn
4 sneden rosbief, zeer dun gesneden

Mosterdvinaigrette:

1/2 kop olijfolie
1 scheutje zachte wittewijnazijn
1 scheutje frambozenazijn
1 tl graantjesmosterd
1 kleine sjalot
citroen- of limoensap
tuinkruiden (peterselie, rozemarijn, marjolein...)

Decoratie:

blaadjes sla
1 tomaat, in partjes
4 schijfjes komkommer

Snij wortel, pastinaak en aubergine in lange reepjes. Bak in wat

boter, voeg suiker toe en laat op zacht vuur karamelliseren zonder te kleuren. Blus de warmte met de wittewijnazijn en laat verdampen. Laat afkoelen in de koelkast. Meng voor gebruik met wat mosterdvinaigrette. Snij de sneden rosbief in tweeën, leg een lepel groenten op het vlees (laat de groenten wat uitsteken) en rol op. Snij nogmaals door in de lengte, druppel er wat mosterdvinaigrette over, net voor het opdienen. Dien op als hapje met een blaadje sla, tomaat en komkommer. Mosterdvinaigrette: meng de fijngesneden sjalot met flink wat olijfolie, de 2 soorten azijn, graanmosterd, citroensap, peper, zout en fijngesneden tuinkruiden. Laat een uurtje trekken in de koelkast.



BRIOUATS MET VERSE TIJMKAAAS

VOOR 4

1 potje verse kaas in uitlekmandje (verkrijgbaar in de detailhandel)
tijmblaadjes
1 el boter
3 eieren
1 vel brickdeeg
arachideolie om te bakken
peper, zout

Laat de verse kaas uitlekken en meng 200 g kaas met peper en zout, wat vers geriste tijmblaadjes, een lepel boter en drie eieren. Laat al roerend indikken op middelhoog vuur. Snij een vel brickdeeg in repen, lepel er wat beslag op en vouw tot een puntzakje. Frituur de briouats in een bodempje arachideolie en dien warm op als hapje.